

Директор Резяпова Г.Р.

Меню на 10 марта 2026 г.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ с.Трунтаишево
Фазрахманова Г.М.

Меню на 10 марта 2026 г.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ с.Трунташево
Фазрахманова Г.М.

1

УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.

Рацион: дети из ММС (5-11 классов), дети с ОВЗ и инвалиды, СВО, РП		Дни:	вторник	Сезон: зима				
Прим. пище	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность			№ рецептур	стоимость
				Б	Ж	У		
Завтрак		180/5	10	7	45	288	65,02	
	Каша гречневая рассыпчатая	60	6	10	12	194	486,02	
	Котлеты Ладушки	40	1	3	3	29	593,06	
	Соус томатный	200			9	40	92,02	
	Чай с сахаром	55	4	1	27	135	207,01	
	Хлеб пшеничный	550	21	21	96	686		84,47
Итого за завтрак								
Рацион: дети с ОВЗ и инвалиды, СВО (5-11 классы)								
Обед		250/10	5	10	14	104	27,1	
	Борщ с капустой и картофелем	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Макаронные изделия отварные	30/40	6	4	1	66	187	
	Рыба (филе) тушеная в томате с овощами	200			9	40	92,02	
	Чай с сахаром	70	6	1	34	172	208	
	Хлеб пшеничный	785	24	19	102	628		92,64
Итого за обед		1335	45	40	198	1314		177,11
Итого за день								

Рацион: дети из ММС 1-4 классы, дети с ОВЗ и инвалиды, СВО			Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
					3					
					Второй завтрак					
Прием пищи	Дневная норма	Дневная норма	Второй завтрак	3	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
Завтрак										
			Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
			Котлеты Ладушки	60	6	10	12	194	486,02	
			Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
			Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
			Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
Итого за завтрак				514	20	20	87	651		76,96
Рацион: дети с ОВЗ и инвалиды, СВО (1-4 классы), ПГД										
Обед										
			Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,1	
			Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
			Рыба (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	6	4	1	66	187	
			Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
			Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед				734	21	19	85	537		86,07
Итого за день				1248	41	39	172	1188		163,03